



Multivitamintabletten mit Jod

Liebe Kundin, lieber Kunde!

Mit dem Kauf dieses Produkts für Ihre Gesundheit haben Sie eine sehr gute Entscheidung getroffen, denn Vitaverlan® unterstützt Sie aufgrund seiner ausgewogenen Zusammensetzung in vielen Lebenssituationen, wie z. B. im höheren Alter, bei körperlicher Aktivität, einseitiger Ernährung oder in der Schwangerschaft und Stillzeit.

Was ist Vitaverlan®?

Vitaverlan® ist eine Multivitamintablette mit 11 lebensnotwendigen Vitaminen, darunter das wichtige B-Vitamin Folsäure und Vitamin D. Zusätzlich ist in Vitaverlan® das Spurenelement Jod enthalten.

Was ist in Vitaverlan® enthalten?

Eine Tablette Vitaverlan® enthält: 150 µg Jod, 400 µg Folsäure, 5 µg (= 200 I. E.) Vitamin D, 50 mg Vitamin C, 7 mg Vitamin E, 0,75 mg Vitamin B₁, 0,9 mg Vitamin B₂, 9 mg Niacin, 3 mg Pantothensäure, 1,5 mg Vitamin B₆, 75 µg Biotin und 1,75 µg Vitamin B₁₂.

Für wen ist Vitaverlan® geeignet?

Die in Vitaverlan® enthaltene Folsäure ist wichtig für die Abwehrkräfte und trägt zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei. Die B-Vitamine werden für grundlegende Stoffwechselvorgänge benötigt, z. B. sind Vitamin B₁ und B₆ für ein intaktes Nervensystem wichtig, ebenso wie Niacin und Biotin. Die Vitamine Niacin und Biotin braucht der Körper auch für eine gesunde Haut. Vitamin D sorgt für den Einbau von Calcium in die Knochen und Zähne und damit für eine gesunde Knochen- und Zahnstruktur. Die Vitamine C und E tragen zum Schutz der Körperzellen vor oxidativen Schäden bei. Das Spurenelement Jod wird u. a. für die Bildung der Schilddrüsenhormone benötigt, die zentrale Körperfunktionen steuern, wie den Energieumsatz.

Hinweis für Frauen im gebärfähigen Alter:

Die ergänzende Aufnahme von Folsäure erhöht bei Schwangeren den Folsäurespiegel im Blut. Denn ein niedriger Folsäurespiegel ist ein Risikofaktor für Entwicklungsstörungen von Rückenmark und Gehirn (medizinisch: Neuralrohrdefekte) beim heranwachsenden Fötus. Schwangeren und Frauen mit Kinderwunsch wird deshalb empfohlen, zusätzlich zu einer gesunden Ernährung täglich 400 µg Folsäure einzunehmen, und zwar über einen Zeitraum von mindestens einem Monat vor und bis zu drei Monaten nach der Empfängnis. Genau diese Menge an Folsäure ist in einer Tablette Vitaverlan® enthalten. Die Erhöhung des Folsäurespiegels kann aber nicht in jedem Fall die Entstehung von Neuralrohrdefekten verhindern, da es verschiedene Risikofaktoren für einen Neuralrohrdefekt gibt (z. B. genetische Ursachen). Ebenso sollten Schwangere und Stillende auf eine ausreichende Jodzufuhr achten. Sie sollten jodiertes Speisesalz verwenden, regelmäßig Seefisch verzehren sowie zusätzlich Jod einnehmen (100-150 µg pro Tag). Mit einer Tablette Vitaverlan® nehmen Sie 150 µg Jod zu sich.

Wie viel Vitaverlan® sollten Sie einnehmen?

Nehmen Sie 1 Tablette pro Tag mit Flüssigkeit ein. Vitaverlan® ist glutenfrei und enthält keine Gelatine.

1 Tablette enthält 0,07 g Lactose, jedoch werden Lactosemengen von weniger als 10 g pro Tag (entsprechend 200 ml Milch) von den meisten Erwachsenen mit Lactose-Unverträglichkeit (reduzierte Lactase-Aktivität im Darm) vertragen.

Nur in Ihrer Apotheke

Erhältlich in Packungen mit 30 oder 100 Tabletten.

Verla-Pharm wünscht Ihnen alles Gute!